

Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam
Volume 18, No 1 (2021), pp. 201—217
ISSN 1829-5703 (p), 2655-5034 (e)
<https://doi.org/10.18860/psi.v18i1.12197>



Why is Parental Resilience Necessary? Phenomenological Study of The Level of Parental Resilience on Assisting Children to Learn from Home

Mengapa Ketahanan Orangtua diperlukan? Studi Fenomenologi Tingkat Resiliensi Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar dari Rumah

Novia Solichah^{1*}, Nurul Shofiah²

^{1,2}UIN Maulana Malik Ibrahim, Kota Malang

Received May 14, 2021 | Accepted June 06, 2021 | Published June 15, 2021

Abstract: Covid-19 Pandemic outbreak has become a global disease that has spread to every country in the world. Society is faced by a significant change in the order of social life. All activities are taught using daring methods. These things are the cause of many people experiencing problems such as increased anxiety and stress. It also affects parents who are forced to adapt to new realities and tend to feel stressed in accompanying children to learn daring. These things are the cause of many people experiencing problems such as increased anxiety and stress. It also affects parents who are forced to adapt to new realities and tend to feel stressed in accompanying children to learn daring. With this condition, it is important for parents to have resilience in the face of stress called resilience. The purpose of this study is to explain the importance of the role of parental resilience during the mentoring of home learning programs through the level of resilience and patterns of parental resilience during the mentoring of learning activities. The method used in this study is qualitative method with phenomenological approach. The analysis unit of this study is parents who accompany children to learn daring during the pandemic for approximately 1 year at least, from the level of grade 1-3 elementary school numbering 25 parents. The results showed that parental resilience is indispensable to motivate the child's learning, provide a sense of comfort and safety to the child, make the child happy during learning. This is shown through the results of quantitative surveys of parental resilience levels in the high category. Second, parental resilience patterns are shown by aspects of emotional regulation, impulse control, optimistic attitudes, empathy, problem analysis skills, and improved positive aspects.

Keywords: Resilience; Parental Assistance; Studi from Home

Abstrak: Wabah Pandemi Covid-19 menjadi penyakit global yang telah menyebar ke setiap negara dunia. Masyarakat dihadapkan oleh perubahan tatanan kehidupan sosial yang signifikan. Seluruh kegiatan salah satunya belajar mengajar menggunakan metode daring. Berbagai hal ini menjadi penyebab banyak orang mengalami permasalahan seperti peningkatan kecemasan dan stress. Hal ini juga berdampak pada orangtua yang terpaksa beradaptasi dengan realitas baru dan cenderung merasa stress dalam mendampingi anak belajar daring. Dengan kondisi demikian, maka para

*Corresponding Author: Novia Solichah, email: noviasolichah@uin-malang.ac.id, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Jl Raya Gajayana no. 50, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, 65144, Indonesia.

orangtua penting untuk memiliki ketahanan diri dalam menghadapi stress yang disebut resiliensi. Tujuan dari penelitian ini yakni untuk memaparkan pentingnya peran ketahanan orangtua selama pendampingan program belajar dari rumah melalui tingkat resiliensi dan pola resiliensi orangtua selama pendampingan kegiatan belajar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Unit analisis dari penelitian ini yakni orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi kurang lebih selama 1 tahun minimal, dari jenjang kelas 1-3 SD berjumlah 25 orangtua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi orangtua sangat diperlukan untuk memotivasi belajar anak, memberikan rasa nyaman dan aman pada anak, membuat anak senang selama belajar. Hal tersebut ditunjukkan melalui hasil survei kuantitatif tingkat resiliensi orangtua dalam kategori tinggi. Kedua, pola resiliensi orangtua ditunjukkan dengan aspek regulasi emosi, pengendalian impuls, sikap optimis, empati, kemampuan analisis masalah, dan peningkatan aspek positif.

Kata Kunci: Ketahanan; Resiliensi; Pendampingan Orangtua; Belajar Dari Rumah



Copyright ©2021. The Authors. Published by Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam. This is an open access article under the CC BY NC SA. Link: [Creative Commons — Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International — CC BY-NC-SA](#)

[4.0](#)

Pendahuluan

Pandemi Covid-19 telah berjalan hampir dua tahun di Indonesia. Mulai bulan Januari 2020 hingga April 2021 tercatat pada data statistik hampir keseluruhan wilayah di 33 provinsi terkonfirmasi sebanyak 215.861.000 jiwa positif Covid-19, 150.000 jiwa sembuh dan 8.664 jiwa meninggal dunia. Tidak dipungkiri bahwa pandemi Covid-19 telah mengubah tatanan sistem yang ada di kehidupan manusia, mulai dari perekonomian, pendidikan, kesehatan, kebudayaan, adat istiadat, dan sebagainya. Hal tersebut, memberi dampak yang begitu kuat. Salah satunya dalam bidang pendidikan dari tingkat pendidikan dasar hingga perguruan tinggi. Di dalam Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan bahwa seluruh kegiatan belajar mengajar diberbagai jenjang semuanya menggunakan metode dalam jaringan (daring) sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran Virus Corona.

Berdasarkan Surat Edaran Mendikbud nomor 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran covid 19 yaitu, belajar daring dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa, tanpa terbebani tuntutan kurikulum untuk kenaikan kelas atau kelulusan. Serta belajar dari rumah difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup mengenai pandemi covid-19. Menurut berita dari VOI (2020), selama pandemi covid-19, kekerasan anak menjadi meningkat. Hal ini karena rasa bosan, jenuh dan penat akibat aktivitas yang lebih banyak dilakukan di rumah. Perubahan kondisi finansial keluarga akibat pandemi covid-19 semakin memperburuk tekanan psikologi pada keluarga yang berdampak fatal pada anak. Hal ini memicu stres pada orangtua. Anak menjadi korban ledakan emosi orangtua dan kecil kemungkinannya melakukan perlawanan. Ekspresi amarah yang berlebihan sebagai solusi pelarian masalah orangtua terhadap anak, kemudian ditambah dengan pengetahuan akan strategi

pengasuhan anak yang rendah serta kebiasaan memberlakukan hukuman fisik dalam interaksi sosial sehari-hari antara orangtua dan anak.

Survei yang dilakukan KPAI pada 8-14 Juni 2020 yang melibatkan 25.164 responden orang menunjukkan jika anak-anak mengalami kekerasan psikis dan fisik selama pandemi. Bentuk-bentuk kekerasan yang terhadap anak yang terungkap dari survei itu antara lain dicubit (23%), dipukul (9%), dijambak (6%), dijewer (9%), ditarik (5%), dikurung (4%), ditendang (4%), ditampar (3%), diinjak (2%). Adapun bentuk kekerasan psikis terhadap anak selama pandemi di antaranya dimarahi (56%), dibandingkan dengan anak lain (34%), dibentak (23%), dipelototi (13%), dihina (5%), dan diancam (4%). Kekerasan tersebut dialami oleh anak pada saat didampingi PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) (KPAI, 2020).

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyebut jika kekerasan terhadap anak salah satu akibat dari beratnya beban ibu saat pandemi covid-19. Hal itu diketahui setelah KPAI melakukan survei secara terpisah kepada anak dan orangtua. Survei ini memiliki responden orangtua perempuan lebih besar yaitu 74.4% dan laki-laki 25.6%. survei itu secara daring dilakukan mulai 8-14 juni 2020 melibatkan 14.169 orangtua tersebar di 34 provinsi di Indonesia. Berdasarkan hasil survei kepada anak, pengasuhan dominan dilakukan oleh ibu. Para ibu mengedukasi anak seperti memberi tahu protokol pencegahan, mendampingi anak saat belajar, mendampingi anak beraktivitas selama pandemi covid, mengajak beribadah, hingga mengajak peduli sesama. Sementara, 21% ayah tidak pernah mendampingi anak saat belajar dan sebanyak 17.5% tidak pernah menemani anak beraktivitas (KPAI, 2020).

Terdapat kasus pembunuhan yang dilakukan seorang ibu kepada anak perempuan kandungnya yang masih kelas 1 SD di Tangerang (VOI, 2020). Ibu tersebut tega menganiaya anak kandungnya sendiri yang masih enam tahun karena jengkel anak tidak mampu menguasai pembelajaran daring. Sementara itu, Sistem Informasi Daring Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI PPA) Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak menemukan kekerasan terhadap anak mencapai 5.697 kasus dengan 5.315 korban sepanjang 1 Januari 2020 hingga 23 September 2020 (VOI, 2020). Data dari berbagai pihak menunjukkan kekerasan anak di beberapa daerah meningkat tajam selama pandemi covid-19. Data Dinas Pemberdayaan Perempuan Perlindungan Anak Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana NTB menunjukkan kekerasan terhadap anak di provinsi tersebut meningkat 12% selama pandemi covid-19 (VOI, 2020).

Berdasarkan hasil survei melalui *google form* yang dilakukan peneliti selama tgl 01 Maret – 15 Maret 2021 terdapat 25 orangtua dari siswa kelas bawah (1-6 SD) yang merasa keberatan dan mengeluh ketika mendampingi anak belajar daring selama di rumah, diantaranya kesulitan mengajarkan semua mapel kepada anak, menyisihkan uang untuk pulsa dan kuota internet, sibuk dengan banyaknya beban tugas, merasa lelah, kesal, pusing, cepat marah, memukul, mencubit, dan memarahi anak ketika membimbing anak belajar daring.

Dalam proses pembelajaran, dukungan keluarga menjadi sangat penting dalam menghadapi krisis pandemic covid-19 (Ulva & Devi, 2020). Sejalan dengan itu, sistem pembelajaran secara daring juga perlu membutuhkan adaptasi dengan lebih menekankan pada peran keluarga (*family centered*).

Disinilah dibutuhkan pendampingan orangtua agar anak memiliki *self-regulating* sehingga mampu mengajarkan anak dalam upaya memberikan penguatan secara internal bahwa pembelajaran secara daring (daring) membentuk kemandirian.

Dengan kondisi demikian, maka orangtua penting untuk melakukan adaptasi positif saat mengalami keadaan yang penuh tekanan (Adler & Saboe, 2017). Kapasitas individu untuk dapat menghadapi dan mengurangi efek stress dengan baik dapat muncul dengan adanya *psychological resilience* (Hou et al., 2017). Resiliensi yakni kemampuan seseorang dalam beradaptasi secara efektif dan positif dalam menghadapi kesulitan. Aspek-aspek pembentuk resiliensi individu terbagi atas tujuh yakni, regulasi emosi, pengendalian impuls, sikap optimis, empati, kemampuan analisis masalah, efikasi diri, dan peningkatan aspek positif (Kim et al., 2020; Lim et al., 2020; Ploughman et al., 2020). Resiliensi merupakan proses dinamis adaptasi positif terhadap kesulitan, Gatt et al. (2020) berpendapat bahwa resiliensi adalah kapasitas individu untuk bangkit dari kesulitan, konflik, kebingungan, serta kegagalan dan kemampuan untuk melakukan perubahan positif.

Individu yang resiliensi mampu mengatasi stres atau tekanan, menghadapi kesulitan, dan bangkit dari kekurangan (Gatt et al., 2020). Ramadhani et al. (2021) menunjukkan perempuan di masa pandemi memiliki resiliensi yang bagus dengan menghindari pemikiran negatif dan berusaha menjadi pribadi yang membangun hidup positif dengan dukungan keluarga merupakan benteng pertama agar informan tetap menjaga kesehatan rohani dan jasmani. Hal itu memicu informan untuk tetap produktif agar membangun lingkungan keluarga yang bahagia dan sehat. kondisi pandemi covid-19 saat ini yang berdampak pada aspek finansial, kesehatan, pendidikan, dan hal-hal lain membuat keluarga perlu mendukung satu sama lain sehingga dapat mengembangkan resiliensi di dalam keluarga (Kristiyani, et al., 2020). Resiliensi pada orangtua dapat dilihat dari bagaimana regulasi emosi, pengendalian impuls, sikap optimis, empati, kemampuan analisis masalah, efikasi diri, dan peningkatan aspek positif orangtua dalam menghadapi masalah ketika mendampingi anak belajar daring di masa pandemi covid-19.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penelitian ini bertujuan memaparkan tingkat resiliensi pada orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi dan pola resiliensi pada orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi.

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Esensi dari penelitian ini yakni memahami yang dirasakan partisipan, memahami pola pikir, dan cara pandang partisipan dalam memahami suatu fenomena (*central phenomenon*) berdasarkan sudut pandang partisipan tersebut dalam setting alamiah. Dalam penelitian ini fokus penelitian bertujuan untuk memaparkan tingkat resiliensi pada orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi dan pola resiliensi pada orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi serta faktor yang mempengaruhi orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi.

Tingkat resiliensi dari orangtua yang mendampingi anak selama belajar daring, dilakukan dengan survei kuantitatif menggunakan alat ukur berupa skala resiliensi. Skala resiliensi orangtua

dalam mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi ini disusun melalui *google form*. Skala disebarikan selama tgl 01 Maret – 15 Maret 2021. Sumber data penelitian ini yakni orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi kurang lebih selama 6 bulan minimal, dari jenjang kelas 1-6 SD. Data kuantitatif berupa skor angka dari skala resiliensi orangtua yang mendampingi anak belajar dimasa pandemi, menunjukkan tingkat resiliensi dari 25 orangtua sebagai responden. Setelah mendapatkan skor dari skala, kemudian dilakukan analisis uji hipotetik untuk mendapatkan kategorisasi tingkat resiliensi.

Gambaran resiliensi orangtua berasal dari wawancara mendalam pada 10 orangtua. Sumber data penelitian ini yakni orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi kurang lebih selama 6 bulan minimal, dari jenjang kelas 1-6 SD yang berjumlah 10 orangtua siswa. Pemilihan orangtua siswa tersebut, didasarkan dari studi observasi awal bahwa siswa kelas 1-6 SD dalam proses pembelajaran di sekolah pada masa pandemi covid masih perlu pendampingan orangtua.

Analisis deskriptif dilakukan untuk mengkategorikan tingkat resiliensi orangtua menggunakan mean hipotetik dan standar deviasi. Analisis data kualitatif dalam penelitian ini menggunakan model alur seperti yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman. Analisis data dengan menggunakan model tersebut mencakup empat tahap, yaitu (1) pengumpulan data, (2) reduksi data, (3) penyajian data, dan (4) verifikasi dan penarikan kesimpulan. Dalam hal ini, peneliti mengidentifikasi dan memilih data sesuai dengan fokus penelitian. Hasil pengumpulan data tersebut berupa transkrip hasil wawancara berupa turunan yang mengandung pola resiliensi orangtua. Selanjutnya, dalam penelitian ini, reduksi data dilakukan dengan cara sebagai berikut. reduksi data dilakukan dengan proses penataan dan pengklasifikasian data. Hal tersebut diikuti dengan identifikasi data dan pengodean, penyimpulan, dan verifikasi dengan berpedoman pada kriteria analisis.

Hasil

Tingkat Resiliensi Pada Orangtua yang Mendampingi Anak Belajar Daring Di Masa Pandemi

Berdasarkan perhitungan mean (M) dan standar Deviasi (SD) pada variable resiliensi pada 25 Orangtua yang mendampingi anak belajar daring, didapatkan hasil sebagai berikut:

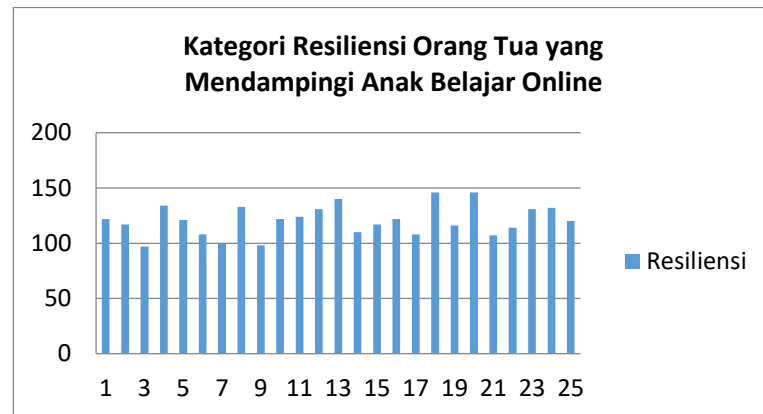
Table 1. Tingkat Resiliensi Pada Orangtua yang Mendampingi Anak Belajar Daring Di Masa Pandemi

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean Hipotetik	SD hipotetik
Resiliensi	25	35	140	87.5	17.5

Table 2. Kategorisasi Resiliensi Pada Orangtua yang Mendampingi Anak Belajar Daring Di Masa Pandemi

Kategorisasi	Norma	Hasil
Tinggi	$X > (M + 1SD)$	$X > 87.5$
Sedang	$(M - 1SD) \geq X \leq (M + 1SD)$	$71.3 < X < 87.5$
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 71.5$

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh jika 100% dari 25 Orangtua yang menjadi responden penelitian, 100% berada pada kategori tinggi yaitu lebih dari 87.5. Berikut adalah grafik mengenai tingkat resiliensi pada 25 Orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi.



Grafik 1. Tingkat Resiliensi Pada 25 Orangtua yang Mendampingi Anak Belajar Daring di Masa Pandemi

Pola Resiliensi Pada Orangtua yang Mendampingi Anak Belajar Daring di Masa Pandemi

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 10 orangtua dengan ibu rumah tangga berjumlah 4 orang dan pengusaha berjumlah 6 orang, dengan rentang usia dari 28-51 tahun. Berdasarkan hasil analisis wawancara ditemukan bahwa pola resiliensi sebagai berikut.

Tabel 3. Analisis tematik Pola Resiliensi orangtua dalam mendampingi anak belajar daring

Kode Aspek Temuan	Transkrip	Interpretasi
R2/RE Regulasi Emosi	kontrol emosiku kita itu gak harus marah, soal e kalo marah areke gak bakal cepet selesai ,dadi kudu ngontrol emosi , kyk gak ngidupin tv dan kasih uang jajan GR/RE/ P2/NS2a	memberikan reinforcement berupa <i>reward</i> dan <i>punishment</i> apabila anak mampu menyelesaikan dan tidak menyelesaikan tugas belajarnya
	Ya di pancing ambek jajan ya uang pokok di kasih sesuatu GR/RE/ P2/NS6	
	Ya jadi senengan ne mainan , tv hp di singitne dulu GR/RE/ P4/NS3	
	Ya lek bosen biasa e ambek bapak e di jak dulin buh renang dek bonpring kunu ta dulin muter – muter dek dampit GR/RE/ P5/NS2	
	Tarik nafas dalam dalam terus dikeluarkan, banyak istighfar GR/RE/ P4/NS8	orangtua mengolah nafas dengan benar untuk mengendalikan respon tubuh terhadap stres
	Tarik nafas mikir pie cara arek e iki faham GR/RE/ P2/NS9	
	Ya, kudu sabar nelateni anaknya belajar, kudu nahan emosi dan telaten biar cepet nyantol, lek marah nangis maleh gak nyantol GR/RE/ P2/NS8	menahan amarah dengan memberikan rasa aman dan nyaman pada anak namun tetap serius agar anak tahu bahwa ia

Kode Aspek Temuan	Transkrip	Interpretasi
	Ya iku kudu ngerti karak ter anakku iki, lebih apik sabar dari pada ngamuk aku, soal e ngerasak ne aku bien ya ngunu, lek bien aku gak d amuk iso ngelbu materine, dadi lek nyinaune anak e ya gak tak amuk cek melbu, soal e arek e terlalu slow enjoy ngunu GR/RE/ P2/NS4	harus berkonsentrasi untuk belajar
	Biasanya tak slimurne, sama main bernyanyi gitu, lek bahasa jawa kan kebiasaan e ada lagu – lagu, y awes terus di ajak nyanyi GR/RE/ P2/NS7	mengelola emosi dengan cara mengalihkan rasa bosan anak dengan menyanyi dan beristirahat agar anak lebih rileks dan tidak bosan
	Lek nggarap tugas jenuh, tapi lek marine buruh” nggarap tugas e, lek carane gawe ngilangne bosen yooo, tak kongkon istirahat sekk tolehh ngkok digarap maneh tugas e, ben encer sek utekke GR/RE/ P2/NS6	
Optimis	iya aku optimis lek ngajari anak, karna ibuk harus siap menghadapi anak, dan ibuk harus bisa apa yang di butuhkan anak, soal e ibu bisa jadi bapak ya ibu, dan kudu iso dan yakin. GR/SO/ P6/NS4	Orangtua memiliki kepercayaan diri dan keyakinan agar anak dapat melakukan tugas belajarnya
	Ya lah pasti optimis, karna kalo gak optimis anak saya jadi kendor, karna dia juga cita – cita nya bagus jadi Orangtua harus optimis mendukung, dan mendampingi GR/SO/ P5/NS7	
Efikasi diri	Ya mengatur waktu, dan harus di kerjakan , jadi membuat jadwal GR/ED/ P28/NS2	Orangtua mengatasi permasalahan dengan manajemen waktu. Membuat jadwal kegiatan dan tugas belajar daring
	Ya pasti ada jadwal e dan target dari apa sneg bakal tak lakoni, dan pasti anak prediksi soal e kalo gak di target pekerjaan dino iki bakal gak kecandak GR/ED/ P29/NS4s	
	Ya ngandani iku, ya motivasi arek e, lek arek e semngat isuk pol jalok sinau ya wes masio isuk ya wes tak dimikne. Ya pokok sering ngandani arek e telaten soal e arek e ya aktif ngunu. GR/ED/ P33 /NS3	

Kode Aspek Temuan	Transkrip	Interpretasi
Kemampuan menganalisis masalah (<i>casual analysis</i>)	Mampu memahami arek e gak nyaman kesulitan belajar, soal e arek e langsung ngomong maleh wong tuwek e iki dadi ya dudui ya gak ngunu tak kon takok gurune pol seng paling sulit ya matematika, tematik soal e gurune gak jelasne mek langsung ngomong kerjakan halaman sekian sampek sekian GR/KED/ P46/NS5	Orangtua mampu mengidentifikasi permasalahan anak, seperti tugas belum dijelaskan guru, tugas banyak, waku pengumpulan tugas mepet. Sedangakn permasalahan orangtua yakni orangtua sulit menjelaskan materi karena tidak memahami materi tugas anak.
	ya di kandani , terus lek arek e pengen dulinan apa di kandani lek di tukokne dulinan pokok marine tugas e sek sinau sek, ya dijak dulin, ya lek jalok nang embah ya ya tak terne nang mbah e, apa di jak ambek sopo ya wes tak intuki, meskipun gak tumbas dulinan, ya tak jak nag warung ngunu ae wes seneng entok jajan sak kresek GR/KMA/ P43/NS3	Dalam mengatasi kejenuhan anak belajar daring, orangtua menjanjikan mengajak berliburan, renang, mengizinkan pergi ke rumah teman, mengajar istirahat tidur, membelikan makanan, dan memperbolehkan bermain gawai
Empati	paham, dari ekspresi wajah, ketika mengerjakan paham, jadi kalo wajah kelihatan males, kalo baca soal g ada semangat lemes, lambat suaranya GR/KE/ P38/NS2	Orangtua dapat mengidentifikasi ketika anak mulai lelah, marah, dan bosan dalam menjalankan tugas belajarnya berdasarkan mimik muka, tubuh menjadi lemas, dan lambat suara.
	kelihatan dari raut wajah e selain itu di ngomong kalo gak enak, jadi aku paham, terus ya kalo anak e kesel nyari jawaban iku sis kesulitan e GR/KE/ P40/NS4	
Peningkatan aspek positif (<i>reaching out</i>)	Selain meninggalkan istirahat setelah lelah, kalo fikiran ya memberikan pembelajaran, kalau tenaga ya mengkorbankan waktu itu dalam istirahat GR/KE/ P66/NS2	Orangtua merasa perlu dan berkewajiban memotivasi diri dalam mendampingi meskipun meninggalkan atau menunda kegiatan, agar anak juga ikut termotivasi belajarnya
	Soal e ya kewajiban nyinauni anak e iki masio dikorbanne pengawean omah GR/KE/ 65/NS3	
	harus dan kudu smengat , lek ibuk e aras – arasen arek e ya nurun malehan, lek mek tak tungguk tok meneng arek e ya maleh melu males malah di walek nang aku, cek anak e mikir anak e iki apik – apik nang aku cek arek e semangat GR/KE/ P60/NS1	

Pertama, regulasi emosi dijabarkan dalam bentuk orangtua mengontrol emosi, perhatian dan perilaku. Dari sepuluh orangtua menunjukkan tujuh orangtua mampu mengelola diri agar tetap efektif dibawah tekanan sikap anak untuk membantunya mengandalikan emosi dalam mendampingi anak belajar. Hal tersebut dilakukan dengan cara memberikan reinforcement berupa *reward* dan *punishment* apabila anak mampu menyelesaikan dan tidak menyelesaikan tugas belajarnya. Upaya lain yang digunakan orangtua dalam meregulasi emosinya dengan mengolah nafas dengan

benar untuk mengendalikan respon tubuh terhadap stres, memberikan rasa aman dan nyaman pada anak namun tetap serius agar anak tahu bahwa ia harus berkonsentrasi untuk belajar, selanjutnya mengelola emosi dengan cara mengalihkan rasa bosan anak dengan menyanyi dan beristirahat agar anak lebih rileks dan tidak bosan.

Dari hasil temuan selanjutnya, dari sepuluh orangtua, dua orangtua menunjukkan tidak mampu mengontrol emosi dalam mendampingi anak belajar.

melampiasikan ke dia jadinya ya tak jiwit ya tak selentek, ya tak seneni GR/RE/P2/NS9

bila terlalu kesal ya akhirnya ku jower anaknya GR/RE/ P2/NS10

Pernyataan tersebut menunjukkan orangtua kurang mampu mengontrol emosi dalam mendampingi anak belajar berdampak dengan menjewer, memarahi, dan mencubit anak selama proses pendampingan. Hal tersebut dilakukan ketika anak tidak memahami materi yang dijelaskan orangtua dan anak tidak mau menyelesaikan tugas.

Kedua, dari hasil analisis ditemukan bahwa dari sepuluh orang, ada tujuh orangtua yang bersikap optimis dalam mendampingi anak belajar daring. Orangtua merasa perlu memiliki kepercayaan diri dan keyakinan agar anak dapat melakukan tugas belajarnya. Sikap optimis ini menjadi harapan orangtua agar anak juga memiliki kepribadian yang optimis. Oleh karena itu, orangtua sebagai role model dalam mengembangkan sikap optimis anak dengan memberikan contoh sikap optimis orangtua terlebih dahulu. Sebaliknya, ketiga orangtua merasa kadang kurang optimis dalam mendampingi anak belajar. Hal tersebut dikarenakan kurangnya kepercayaan diri untuk dapat memahami materi belajar anak. seperti pernyataan berikut.

kadang iya, kadang gak, lek optimis lek arek e nyambung, lek gak nyambung kangelan wes dukur aku wes gak optimis GR/SO/ P8/NS7

setengah – setengah ya ngambang, soal e pengetahuan e kurang soal e ya wong bien ya pelajaran e sak iki susah dadi ya gak optimis GR/SO/ P9/NS4

Ketiga, pada aspek efikasi diri menunjukkan bahwa orangtua mampu mengatasi masalah dalam mendampingi anak belajar baik melakukan tanggung jawab di luar mendampingi anak yakni salah satunya dengan manajemen waktu. Sebaliknya ketiga orangtua kurang dapat efikasi diri dalam mendampingi anak belajar. Orangtua cenderung memilih anak belajar di tempat kursus juga.

Keempat, pada aspek causal analysis merujuk pada kemampuan orangtua mampu mengidentifikasi permasalahan dalam mendampingi anak belajar. Dari hasil temuan ditemukan bahwa kesepuluh orangtua mampu mengidentifikasi data atau menganalisis permasalahan proses belajar anak dan permasalahan orangtua dalam mendampingi anak. Permasalahan proses pembelajaran seperti tugas atau materi sulit dan ada yang belum diajarkan oleh guru, tugas banyak yang harus dikerjakan, dan tenggat waktu yang mepet. Selanjutnya permasalahan orangtua dalam mendampingi yakni orangtua sulit menjelaskan materi karena tidak memahami materi belajar.

Dalam hasil analisis juga ditemukan bahwa anak cenderung lebih termotivasi belajarnya apabila belajar tatap muka dikelas bertemu teman dan gurunya. Selanjutnya, upaya orangtua untuk menghibur anak yang sedang tertekan atau kesulitan menyelesaikan tugas belajarnya yakni dengan

mengajak berliburan, renang, mengizinkan pergi ke rumah teman, mengajar istirahat tidur, membelikan makanan, dan memperbolehkan bermain gawai.

Kelima, pada aspek resiliensi empati ditunjukkan bagaimana orangtua mampu mengenali dan membaca tanda atau kondisi emosional dan psikologis anak selama proses pendampingan belajar. Hasil temuan menunjukkan bahwa kesepuluh orangtua mampu membaca kondisi emosional dan psikologis anak selama proses pendampingan belajar. Seperti misalnya anak kurang nyaman dalam pembelajaran daring, seperti lelah, marah, dan bosan, dalam mengerjakan tugas belajarnya, berdasarkan mimik muka, tubuh menjadi lemas, dan lambat suara.

Keenam, dalam aspek peningkatan aspek positif (*reaching out*) ditemukan orangtua mampu meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupannya dalam mengatasi ketakutan permasalahan dalam mendampingi anak belajar. Permasalahan orangtua dalam mendampingi anak salah satunya yakni, mereka akan meninggalkan atau menunda kegiatan yang berurusan rumah tangga dan pekerjaan di luar serta berkurangnya waktu istirahat orangtua. Dengan permasalahan tersebut orangtua merasa perlu dan wajib memotivasi diri dan memunculkan semangat diri dalam mendampingi anak sehingga anak juga akan dapat meningkatkan motivasi dirinya dalam belajar

Diskusi

Kegiatan belajar dari rumah yang berlangsung memunculkan beragam kondisi diantaranya yakni tantangan orangtua untuk menggantikan peran guru ketika di rumah. Dalam proses mendampingi anak belajar dari rumah juga memunculkan kejenuhan dan menurunnya semangat anak-anak dalam proses belajar belajar. Dalam hal tersebut, peran orangtua yakni memberikan motivasi dan membimbing anak agar tetap bersemangat melakukan kegiatan pembelajaran di rumah. Anak sebenarnya memiliki motivasi untuk melakukan suatu hal, apabila mendapatkan dorongan dari orang-orang terdekat khususnya orangtua (Yulianti, 2014). Orangtua juga dapat meningkatkan hubungan dengan anaknya dan dapat melihat langsung perkembangan kemampuan anaknya dalam belajar (Cahyati & Kusumah, 2020). Oleh karena itu, resiliensi orangtua selama mendampingi anak belajar di rumah sangat diperlukan untuk memotivasi belajar anak, memberikan rasa nyaman dan aman pada anak, membuat anak senang selama belajar. Orangtua yang cenderung kurang resiliens akan mempengaruhi persepsi negatif anak terhadap pendampingan orangtua dalam proses belajarnya.

Pernyataan tersebut, sejalan dengan Makhmudah (2020) yang menjelaskan bahwa orangtua mengupayakan berbagai upaya untuk tetap bertahan dalam berbagai masalah yang dihadapi saat pelaksanaan pembelajaran jarak jauh, seperti berusaha sebaik mungkin untuk selalu memantau dan mendampingi anak dalam belajar. Dukungan sosial yang diperoleh orangtua yaitu berasal dari sekolah dan pemerintah yang berupa dukungan materi dan non materi. Dukungan materi yang didapatkan seperti kuota internet, sembako, dan uang tunai, sedangkan dukungan non materi yang diberikan berupa arahan dan motivasi untuk selalu semangat belajar. Upaya orangtua dalam mendidik anak di masa pandemi, yakni dengan 1) menjadi model bagi anak, kerjakan hal-hal baik di depan anak, 2) dampingi anak ketika pembelajaran daring, 3) manajemen waktu; mengatur waktu kerja dan waktu mendidik anak, 4) sesekali mengajak anak untuk berdiskusi tentang masalah yang

dialami dalam melakukan pembelajaran, dan5) agar tidak jenuh, lakukan hal positif bersama (Munjiat, 2020).

Tingkat Resiliensi Pada Orangtua yang Mendampingi Anak Belajar Daring Di Masa Pandemi

Pentingnya resiliensi selama proses pendampingan selama kegiatan belajar di rumah juga ditunjukkan dari hasil temuan yang menunjukkan bahwa resiliensi pada orangtua yang mendampingi anak belajar daring ada pada kategori tinggi yaitu lebih dari 87.5. Orangtua menunjukkan bahwa mereka dapat menciptakan sikap positif dengan memiliki pengelolaan emosi yang baik dan tetap tenang dalam menghadapi tekanan khususnya dalam mendampingi anak belajar daring. Temuan tersebut, sejalan dengan (Reivich & Shatté, 2002) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki resiliensi yang baik akan mencari tantangan dalam hidupnya agar menjadi lebih berhubungan dengan lingkungan sekitarnya.

Pernyataan dan temuan menunjukkan bahwa meskipun di masa pandemi, kesulitan-kesulitan yang dialami selama mendampingi anak belajar daring tidak memicu tekanan bagi orangtua. Adapun kesulitan tersebut dapat diatasi, diminimalisir sehingga memicu ketahanan orangtua yang tinggi. Resiliensi psikologis orangtua dalam mendampingi anak belajar akan mencerminkan bagaimana kekuatan dan ketangguhan yang ada dalam diri seseorang. Resiliensi psikologis ini dengan munculnya kemampuan untuk bangkit dari pengalaman-pengalaman negatif. Dengan kemampuan yang dimiliki, orangtua yang resiliensi akan berusaha untuk menghadapi dan kemudian bangkit dari berbagai kondisi stress (Block & Kremen, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004).

Zimmerman (2000) juga mengungkapkan resiliensi mengandung tiga komponen mendasar yaitu: a) Kesanggupan untuk berubah atau beradaptasi terhadap keadaan yang negatif atau keras, b) Kapasitas untuk sukses dalam menghadapi akibat negatif dari harapan yang tidak terpenuhi dan c) Kapasitas untuk memutuskan menghadapi resiko dari suatu masalah daripada menghindarinya. Pernyataan ini menunjukkan bahwa orangtua yang mendampingi anak belajar daring mampu beradaptasi, rasa ingin sukses, dan mampu menghadapi resiko terhadap keadaan yang negatif. Baik dalam kegiatan menjelaskan dan memberikan contoh serta model dalam pembelajaran, dan memenuhi kebutuhan belajar anak, memberikan pemahaman spiritual, mengawasi proses belajar anak, memotivasi dan memberikan semangat anak, memberikan bimbingan belajar, memberikan apresiasi, menyediakan fasilitas dan kebutuhan anak dalam belajar, membantu menyelesaikan masalah anak, memberikan pengajaran di waktu yang sesuai.

Secara spesifik hasil temuan ini juga menunjukkan bahwa peran orangtua dalam mendampingi anak belajar di masa pandemi, yakni memastikan anak mampu menerapkan hidup sehat, mendampingi anak dalam mengerjakan tugas, menjalin komunikasi yang intens dengan anak, menjadi role model bagi anak, bermain bersama anak, melakukan kegiatan bersama selama di rumah, menciptakan lingkungan yang nyaman untuk anak, memberikan pengawasan pada anggota keluarga, dan membimbing dan memotivasi anak, memberikan edukasi, memelihara nilai keagamaan, melakukan variasi dan inovasi kegiatan di rumah, serta menafkahi dan memenuhi kebutuhan keluarga (Hollingworth et al., 2011; Kurniati et al., 2020).

Pola Resiliensi Pada Orangtua Yang Mendampingi Anak Belajar Daring Di Masa Pandemi

Resiliensi dapat diartikan sebagai adaptasi yang baik dibawah keadaan khusus (Snyder & Lopez, 2002). Menurut Campbell dan Steins (2007) resiliensi merupakan adaptasi yang positif dalam menghadapi stres dan trauma. Resiliensi adalah pola pikir yang memungkinkan individu untuk mencari pengalaman baru dan untuk melihat kehidupannya sebagai suatu pekerjaan yang mengalami kemajuan. Resiliensi juga merupakan kapasitas seseorang untuk tetap ber kondisi baik dan memiliki solusi yang produktif ketika berhadapan dengan kesulitan ataupun trauma, yang memungkinkan adanya stress di kehidupannya (Reivich & Shatté, 2002). Resiliensi juga dipandang sebagai ukuran keberhasilan kemampuan coping stres (Connor & Davidson, 2003).

Dari hasil penelitian pola resiliensi pada orangtua yang mendampingi anak belajar daring di masa pandemi terbagi atas lima aspek, yakni regulasi emosi, optimis, empati, efikasi diri, dan peningkatan aspek positif. *Pertama*, regulasi emosi dijabarkan dalam bentuk orangtua mengontrol emosi, perhatian, dan perilaku. Orangtua menunjukkan mampu mengelola diri agar tetap efektif dibawah tekanan sikap anak untuk membantunya mengendalikan emosi dalam mendampingi anak belajar. Hal tersebut dilakukan dengan cara memberikan *reinforcement* berupa *reward* dan *punishment* apabila anak mampu menyelesaikan dan tidak menyelesaikan tugas belajarnya. *Reward* berupa boleh menggunakan gawai, menonton televisi, bermain di luar rumah, jalan-jalan, sebaliknya *punishment* yang diberlakukan orangtua kepada anak yakni dengan tidak boleh menggunakan gawai, menonton televisi, dan tidak diberi uang jajan.

Upaya lain apabila orangtua dalam perasaan negatif (emosi atau ingin marah) saat mendampingi anak belajar yakni orangtua mengolah nafas dengan benar untuk mengendalikan respon tubuh terhadap stres. Cara selanjutnya menahan amarah dengan memberikan rasa nyaman dan aman pada anak, namun tetap serius agar anak tahu bahwa tetap harus konsentrasi belajar. Memberikan rasa aman dan nyaman pada anak itu penting dalam pembelajaran. Anak yang merasa tidak aman dan nyaman akan cenderung merasa gelisah, mudah terdistraksi dan susah fokus saat sedang belajar. Oleh karena itu, semua hal yang berhubungan dengan lingkungan belajar seperti suasana kelas dan cara orangtua mendampingi perlu dibuat nyaman mungkin namun tetap serius agar anak tahu bahwa ia harus berkonsentrasi untuk belajar. Peran keluarga salah satunya yakni menumbuhkan budi pekerti serta prestasi melalui membuat suasana belajar yang menyenangkan di rumah (Raraswati, 2016). Hal ini penting dilakukan untuk mempererat hubungan anak dengan orangtua, sehingga juga dapat mendorong anak percaya diri, aman, nyaman dan menyenangkan (KPAI, 2020).

Kedua, dari hasil analisis ditemukan bahwa dari sepuluh orang, ada tujuh orangtua yang bersikap optimis dalam mendampingi anak belajar daring. Pernyataan orangtua menunjukkan orangtua perlu memiliki kepercayaan diri dan keyakinan agar anak dapat melakukan tugas belajarnya. Sikap optimis ini menjadi harapan orangtua agar anak juga memiliki kepribadian yang optimis. Oleh karena itu, orangtua sebagai role model dalam mengembangkan sikap optimis anak. Dengan memberikan contoh sikap optimis orangtua terlebih dahulu. Peran orangtua inilah yang dibutuhkan agar anak memiliki *self-regulating* sehingga mampu mengajarkan dirinya dalam upaya memberikan penguatan secara internal (Subarto, 2020). Apabila anak mulai membangun penguatan

dalam diri sesuai dengan tugas-tugas pembelajaran yang dijalannya, maka hal tersebut akan memberikan yang signifikan bagi diri anak.

Sebaliknya, ketiga orangtua merasa kadang kurang optimis dalam mendampingi anak belajar. Hal tersebut dikarenakan kurangnya kepercayaan diri untuk dapat memahami materi belajar anak selama pembelajaran daring, banyak orangtua yang kurang memahami materi pembelajaran anak yang diberikan oleh pihak sekolah atau guru, orangtua menganggap tugas yang diberikan terlihat sulit sehingga mereka sulit untuk menyampaikan kepada anak (Cahyati & Kusumah, 2020). Pembelajaran tidak dapat maksimal jika orangtua belum sepenuhnya memahami materi yang diberikan oleh guru untuk diajarkan kepada anak, seperti yang telah diungkapkan oleh peneliti sebelumnya bahwa orangtua harus benar-benar menguasai materi pembelajaran yang diberikan oleh guru agar terlaksananya pendidikan di rumah menjadi sukses (Irma et al., 2019).

Ketiga, dari hasil analisis terkait pola resiliensi melalui efikasi diri orangtua dalam mendampingi anak belajar daring ditunjukkan dengan orangtua yakin jika dapat menghandel masalah dalam mendampingi anak belajar baik melakukan tanggung jawab di luar mendampingi anak yakni salah satunya dengan manajemen waktu. Selanjutnya upaya yang dilakukan orangtua untuk memiliki keyakinan untuk bangkit dan tidak menyerah. Salah satunya yakni memotivasi anak agar dapat menyelesaikan tugas belajarnya. membangun motivasi anak merupakan upaya yang ampuh dalam membentuk hasil akademis anak yang bagus (Master & Walton, 2012). Membangun minat anak secara keseluruhan dapat memberikan kekuatan untuk belajar, oleh karenanya hal pertama yang penting dalam sebuah pembelajaran adalah menumbuhkan minat untuk belajar (Hurlock, 1978).

Keempat, orangtua mampu menganalisis permasalahan yang membuat anak kurang nyaman dalam pembelajaran daring yakni tugas atau materi sulit dan ada yang belum diajarkan oleh guru, orangtua sulit menjelaskan, tugas banyak yang harus dikerjakan, dan tenggat waktu yang mepet. Dalam hasil analisis tersebut juga ditemukan bahwa anak cenderung lebih termotivasi belajarnya apabila belajar tatap muka di kelas bertemu teman dan gurunya. Selanjutnya, upaya orangtua untuk menghibur anak yang sedang tertekan atau kesulitan menyelesaikan tugas belajarnya yakni dengan mengajak berliburan, renang, mengizinkan pergi ke rumah teman, mengajar istirahat tidur, membelikan makanan, dan memperbolehkan bermain gawai.

Kelima, aspek resiliensi empati. Pola kemampuan menganalisis memahami keadaan psikologis dan emosi anak dalam mendampingi belajar ditemukan orangtua mampu orangtua mampu mengetahui permasalahan yang membuat anak kurang nyaman dalam pembelajaran daring, seperti jenuh, lelah, marah, dan bosan dalam mengerjakan tugas belajarnya. Kondisi emosional ketika siswa merasa jenuh dan lelah secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan tugas akademik yang meningkat disebut kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar mengakibatkan timbulnya kelelahan karena merasa terjebak, bekerja keras, tidak ada harapan, merasa bersalah, kesedihan yang mendalam, merasa malu, dan terus menerus membentuk lingkaran dan menghasilkan perasaan lelah dan tidak nyaman, yang pada gilirannya meningkatkan rasa kesal, dan lingkaran terus berlanjut sehingga dapat menimbulkan kelelahan fisik, kelelahan mental, dan kelelahan emosional (Pines & Aronson, 2002). Dari hasil temuan, orangtua dapat mengidentifikasi ketika anak mulai lelah, marah, dan bosan dalam menjalankan tugas belajarnya berdasarkan mimik muka, tubuh menjadi lemas, dan

lambat suara. Upaya yang dilakukan orangtua dalam mengatasi permasalahan tersebut yakni dengan Selanjutnya mengelola emosi negatif anak dengan cara menyanyi dan memberikan jam istirahat agar anak lebih rileks dan tidak bosan. Belajar dalam waktu lama tanpa istirahat akan menunjukkan penggunaan waktu yang kurang efektif. Hal tersebut juga mengakibatkan energi semakin menurun, kebosanan semakin meningkat. Istirahat dapat memberikan kesegaran untuk meningkatkan efektifitas dan mengurangi ketegangan sehingga juga baik untuk kesehatan

Keenam, peningkatan aspek positif (*reaching out*) yakni mampu keluar dari zona nyaman diri melalui hal yang ditinggalkan/dikorbankan orangtua untuk mendampingi anak belajar yakni kegiatan tertunda baik kegiatan yang berurusan rumah tangga dan pekerjaan di luar serta waktu istirahat orangtua. Orangtua wajib termotivasi dan bersemangat selama mendampingi anak pembelajaran daring di masa pandemi. Mendampingi anak belajar dapat meningkatkan motivasi belajar anak juga. Hal ini sejalan dengan Reivich, K., & Shatté, A (2002) individu yang memiliki kemampuan *reaching out* tidak menetapkan batas yang kaku terhadap kemampuan-kemampuan yang mereka miliki. Mereka tidak terperangkap dalam suatu rutinitas, mencoba hal baru, memiliki rasa ingin tahu.

Simpulan

Dari hasil temuan dapat disimpulkan bahwa *pertama*, tingkat resiliensi orangtua selama mendampingi anak belajar daring di masa pandemi berdasarkan survei kuantitatif pada 25 orangtua berada pada kategori tinggi. *Kedua*, pola resiliensi orangtua ditunjukkan dengan regulasi emosi, pengendalian impuls, sikap optimis, empati, kemampuan analisis masalah, dan peningkatan aspek positif para orangtua untuk tetap mendampingi anak belajar daring di masa pandemi. Hal temuan tersebut menunjukkan bahwa resiliensi orangtua sangat diperlukan untuk memotivasi belajar anak, memberikan rasa nyaman dan aman pada anak, membuat anak senang selama belajar. Kemampuan orangtua untuk mengatasi dan beradaptasi dalam mendampingi anak belajar di rumah yang dibutuhkan anak dari orangtua. Orangtua harus dapat meningkatkan diri secara efektif untuk mengatasi permasalahan selama pendampingan belajar anak. Saran untuk penelitian selanjutnya dengan topik yang sama dapat memberikan variasi pada subjek penelitian, jenjang pendidikan, gender, usia dan dapat menambah variable penelitian.

Daftar Pustaka

- Adler, A. B., & Saboe, K. N. (2017). *How Organisations and Leaders Can Build Resilience* (1st Editio).
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349–361. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Cahyati, N., & Kusumah, R. (2020). Peran Orang Tua Dalam Menerapkan Pembelajaran Di Rumah Saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Golden Age, Universitas Hamzanwadi*, 04(1), 4–6.
- Campbell, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric Analysis and Refinement of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-Item Measure of Resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(3), 251–262. <https://doi.org/10.1002/jts>

- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Elisabeth, H. B. (1978). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Erlangga.
- Gatt, J. M., Alexander, R., Emond, A., Foster, K., Hadfield, K., Mason-Jones, A., Reid, S., Theron, L., Ungar, M., Woudes, T. A., & Wu, Q. (2020). Trauma, Resilience, and Mental Health in Migrant and Non-Migrant Youth: An International Cross-Sectional Study Across Six Countries. *Frontiers in Psychiatry*, 10(March), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00997>
- Hollingworth, S., Mansaray, A., Allen, K., & Rose, A. (2011). Parents' perspectives on technology and children's learning in the home: Social class and the role of the habitus. *Journal of Computer Assisted Learning*, 27(4), 347–360. <https://doi.org/10.1111/j.1365->
- Hurlock B. Elisabeth. (1978). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta : Erlangga
- Hou, X. L., Wang, H. Z., Guo, C., Gaskin, J., Rost, D. H., & Wang, J. L. (2017). Psychological resilience can help combat the effect of stress on problematic social networking site usage. *Personality and Individual Differences*, 109, 61–66. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.048>
- Irma, C., K, N., & S, S. (2019). Keterlibatan Orangtua dalam Pendidikan Anak Usia Dini Ddi TK Masyitoh Purworejo. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Kim, I., Dababnah, S., & Lee, J. (2020). The Influence of Race and Ethnicity on the Relationship between Family Resilience and Parenting Stress in Caregivers of Children with Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(2), 650–658. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04269-6>
- KPAI. (2020). *Survei KPAI: Kekerasan Anak Akibat Beratnya Beban Ibu Saat COVID-19*. Tirto.id.
- Kristiyani, V., & Khatimah, K. (2020). Pengetahuan Tentang Membangun Resiliensi Keluarga ketika Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(4), 232–237.
- Kurniati, E., Nur Alfaeni, D. K., & Andriani, F. (2020). Analisis Peran Orangtua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.541>
- Lim, K. K., Matchar, D. B., Tan, C. S., Yeo, W., Østbye, T., Howe, T. Sen, & Koh, J. S. B. (2020). The Association Between Psychological Resilience and Physical Function Among Older Adults With Hip Fracture Surgery. *Journal of the American Medical Directors Association*, 21(2), 260-266.e2. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2019.07.005>
- M.M, T., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient Individual Use Positive Emotions To Bounce Back From Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24(2), 320–333.
- Makhmudah, N. R. (2020). *Resiliensi pada Keluarga Buruh dalam Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19 di MI Muhammadiyah Beji Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas*.
- Master, A., & Walton, M. G. (2012). *Minimal Group Increase Young Children's Motivation and Learning on Group-Relevant Tasks*. Willy Online Library. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.10867.x>.
- Munjiat, S. (2020). Analisis upaya Orangtua dalam mendidik anak dimasa pandemi. *Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 6(2), 230–242.
- Pines, A., & Aronson, E. (2002). *Career Bournout: Causes and Cures*. The Free Press, A Division of Macmillan.Inc.

- Ploughman, M., Downer, M. B., Pretty, R. W., Wallack, E. M., Amirkhanian, S., Kirkland, M. C., Fisk, J. D., Mayo, N., Sadovnick, A. D., Beaulieu, S., O'Connor, P., Morrow, S. A., Knox, K. B., Metz, L. M., Smyth, P., Marrie, R. A., Stefanelli, M., & Godwin, M. (2020). The impact of resilience on healthy aging with multiple sclerosis. *Quality of Life Research*, 29(10), 2769–2779. <https://doi.org/10.1007/s11136-020-02521-6>
- Ramadhani, F., Machmuroch, & Karyanta, N. A. (2021). *Hubungan antara Resiliensi dan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Penyandang Cacat Tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. Dr. Soeharso Surakarta*.
- Raraswati, P. (2016). *Kebijakan Pembinaan Pendidikan Keluarga* (J. P. A. U. D. PENMAS & P. P.-P. A. U. D. DIKMAS (eds.)).
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Subarto. (2020). Momentum of Families Developing the Learning Ability of Students Amid the Covid-19 Pandemic. *Adalah: Law and Justice Bulletin*, 4(1), 13–18.
- Tugade M.M & B.L. Fredrickson. (2004). Resilient Individual Use Positive Emotions to Bounce Back from Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, Volume 24, no 2. 320-333
- Ulva, N., & Devi, K. (2020). Adaptasi Pranata Keluarga Pada Proses Pembelajaran E-Learning Dalam Menghadapi Dampak Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Politik, Kebijakan Dan Sosial (Publicio)*, 2(2), 1–6.
- VOI. (2020). *Ada Kasus Kekerasan Anak yang Sulit Belajar Online, KPAI Minta Guru Tak Berikan Tugas Berat*. Voi.Id.
- Yulianti, T. R. (2014). Peranan Orang Tua Dalam Mengembangkan Kreativitas Anak Usia Dini (Studi Kasus Pada Pos PAUD Melati 13 Kelurahan Padasuka Kecamatan Cimahi Tengah. *Jurnal EMPOWERMENT*, 4(1), 11–24. <https://doi.org/10.22460/empowerment.v3i1p11-24.569>
- Zimmerman, B. J. (2000). *Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective*. University of New York.

This page is intentionally left blank